

La prise de parole en public

Savoir prendre la parole en public, convaincre à l'oral : ces compétences sont devenues aujourd'hui indispensables, incontournables et clés dans la réussite de chacun. Bonne nouvelle : ça s'apprend.

Être à l'aise dans toutes les situations. Préparer, répéter, présenter, transmettre. C'est un art qui exige de l'entraînement.

Durée : 14 heures (2 jours)

Publics visés : Tous collaborateurs ou managers étant amenés à prendre la parole en public.

Prérequis : Aucuns

Objectifs pédagogiques

- Etablir son profil d'orateur. Analyser + Identifier ses points forts et ses points faibles.
- Comprendre les facteurs qui influencent la prise de parole en public : voix, respiration, souffle, prosodie
- Surmonter son trac et maîtriser son émotivité. Avoir confiance en soi
- Maîtriser la communication verbale et non verbale
- Connaître les éléments de préparation d'une intervention

Contenu de la formation

- Module 1
 - Analyser comprendre = quel orateur je suis / quel anxieux je suis
 - Se réconcilier avec l'art oratoire – pourquoi l'oral
 - Démythifier la prise de parole en public - Apprivoiser le trac (début)
- Module 2
 - Savoir se préparer mentalement : les bases pour réussir. Suis-je légitime ? Être convaincu que son discours intéresse, ne pas avoir peur de son image
 - Savoir se préparer physiquement : la posture, la respiration, la gestuelle, langage verbal non verbal, gérer l'espace.
 - Apprivoiser le trac (suite)
- Module 3
 - Connaître et comprendre la mécanique du public
 - S'adapter aux publics multiples
 - Apprendre à préparer une intervention : la préparation est une des clés.
- Module 4
 - Être à l'aise avec un sujet maîtrisé – '5mn pour convaincre'
 - Savoir utiliser les supports de conférence / présentation
 - Connaître les bases de l'impro (théâtrale)

Organisation de la formation

Equipe administrative

Eric RICHER

Marie DA SILVA

Référent Handicap : Mr Eric RICHER

Référent Pédagogique : Mr Eric RICHER

Profil de l'intervenant :



Biographie



Grégoire Tournon

Consultant en communication, image et événements - Journaliste animateur – Formateur

20 ans d'expérience TV, médias, événements l'ont amené à accompagner et à répondre efficacement à toutes sortes de problématiques en communication, image et news-information sur différents marchés et thématiques. Il propose ses compétences, ses connaissances et son énergie pour réaliser des missions courtes ou longues, temporaires ou pérennes en communication digitale événementielle pour valoriser une marque, un groupe.

Expérience

Ses missions majeures -

- **Créateur événements - lives digitaux - concepteur rédacteur marques, entreprises, personnalités**
- **Présentateur audiovisuel et événementiel**
 - Événements entreprises et institutions (physiques et digitaux)
 - Événements sportifs et compétitions - commentateur
- **Producteur - créateur podcasts et audios de marque**
 - Co-fondateur de l'agence BREVE PODCAST (depuis 2020)
 - Voix off - écriture - pour documentaire, film, reportage, vidéo corporate
- **Formateur Prise de parole en public - Media Training (depuis 2001)**
 - Formateur CEGOS
 - Intervenant à l'INSEEC Business School

Savoir-faire

- Concevoir, rédiger, animer des événements physiques/ digitaux, des podcasts
- Analyser, proposer une réflexion stratégique sur des problématiques de communication
- Piloter des projets
- Accompagner en média training
- Transmettre et enseigner
- Manager

Savoir-être

- Créatif, réactif
- Sens de l'initiative
- Force de proposition
- Ecoute active
- Leadership

RÉFÉRENCES CLIENTS

Corum Sailing, IMOCA, Babolat, GORE-TEX, Allscm, Ariston, Havas Digital, Julbo, Agefos PME, EcoTrail, Under Armour, France Montagnes, Côte d'Azur France, Braun, La Poste Colissimo, Outdoor Sports Valley, Natural Games Millau, arrivée Brest-Atlantiques, Coupe du Monde Télémark, Championnat de France Ski Freestyle, départ Vendée Arctique, SFR Tour, Red Bull INSEEC Business School, CEGOS

EXPÉRIENCES ANTÉRIEURES

2001- 2019 FRANCE 2 'TÉLÉMATIN' - Journaliste chroniqueur - 'Sport Actu' - 'Test Sport'
2016-2019 FRANCE INFO TV - Journaliste chroniqueur - 'Sport Actu'
2016-2020 TREK TV - GROUPE MEDIAWAN - Journaliste présentateur - 'Le Live du Spot'
2004-2010 MCS EXTREME - Journaliste commentateur voix-off/ INFOSPORT - Journaliste rédacteur monteur
2006-2007 TV5 MONDE 'Terre de Sport' - Journaliste rédacteur réalisateur
2001-2006 FRANCE 2 - Journaliste reporter - 'JT 13h - 20h - Matin - Nuit'
1998-1999 EUROSPOORT - FRANCE 3

FORMATION

1996-1998 : IJBA Institut de Journalisme Bordeaux Aquitaine

www.infini-conseils-formations.fr

VOS TALENTS LE SONT !

Moyens pédagogiques et techniques

- Pédagogie inductive + déductive
- Intervention orale - participation active
- Mises en situations (filmées)/ audio

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.